ヘルスジョガーマウンテン　HJ－8810

取り扱い説明書

もくじ

要　保　存

H17, 11

安全上のご注意１　お使いになる前によくお読みください

・ここに示した警告サインと図記の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産の損害を未然に防止するためのものです。
・表示と意味は次のようになっています。

警告サイン	内　容
⚠警告	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示します。
⚠警告	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害☆の発生が想定される内容を示します。

☆物的損害とは、家屋･家財および家畜･ペットに関わる拡大損害を示します。

図記号の例	
	△記号は注意(警告を含む)を表示します。具体的な注意内容は、△の中や近くに文章や絵で示します。左図の場合は“感電注意”を示します。
	⃠記号は禁止(してはいけないこと)を示します。具体的な禁止内容は、⃠の中や近くに文章や絵で示します。
	●記号は強制(必ず守ること)を示します。具体的な強制内容は、●の中や近くに文章や絵で示します。左図の場合は“一般的な強制”を示します。

●健康を害することのないために必ず守っていただきたいこと

⚠警告	
本機は、健康な人を対象とした商品です。心臓病、高血圧症、糖尿病、呼吸器疾患、変形性関節症、リウマチ、痛風、妊娠中の方、その他病気や障害のあるかた、リハビリを目的とするかた必ず医師と相談のうえ使用してください。 ・事故や体調不良をおこす原因となります。	
運動中、身体に異常(めまい、冷や汗、吐き気、脈拍の乱れ、動悸など)を感じたときは、ただちに運動をやめてください。 ・健康を害する恐れがあります。	⃠

⚠注意	
運動前のウォーミングアップ、運動後のクールダウンは必ずおこなってください。 ・健康を害する恐れがあります。	
日頃、運動していないかたは、徐々に運動強度を上げるようにしてください。 ・ケガや健康を害する恐れがあります。	
飲食後や疲労時、運動直後、または体力の状態が平常でないときは、運動をおこなわないでください。 ・健康を害する恐れがあります。	

●本機を安全に使用していただくために必ず守っていただきたいこと

⚠注意	
本機は、取扱説明書に従って正しく使用してください。 ・ケガをする恐れがあります。	
ベルトが一方に片寄ってきたり、はずれそうになったときは、使用を中止し、ただちにベルト調整ネジで調整してください。 ・ケガをする恐れがあります。	

⚠注意	
ご使用前に、ベルトに亀裂や摩擦などの変化がないか、接地部のがたつきや、ハンドルなどの接合部に異常がないか確認してから使用してください。 ・使用中に破損すると危険です。	
乗降する場合などにハンドルにもたれかからないように、注意してください。 ・転倒やケガをする恐れがあります。	

安全上のご注意２

⚠ 注意！

運動に適した服装で使用してください。回転、駆動部に巻き込まれる恐れがあるため、ひも類のない服装にしてください。

・ ケガをする恐れがあります。
・ 衣服を損傷する恐れがあります。

本機は、運動に適した靴を履いて使用してください。

・ ケガをする恐れがあります。

トレーニング中は必ず安全キーを使用してください。

・ 事故を誘発する恐れがあります。

ベルト幅の中央を歩いてください。

・ ベルトの端や左右に片寄って歩くとベルトの片寄りや摩耗、破損の原因となり、ケガをする恐れがあります。

動かない場合や異常を感じたときは、使用を中止し、電源スイッチを切り、電源プラグを抜き、本社お客様サービスセンターへ修理の依頼をしてください。(電話番号 052-501-2577)

⚠ 注意！

最大使用体重は 100kg です。体重が 100kg を超えるかたは使用しないでください。

・ 使用中、破損する恐れがあります。
・ 安全装置が作動し、ベルトが急に停止する恐れがあります。

同時に 2 人以上で使用しないでください。

・ ケガをする恐れがあります。

本機は、別の用途に使用しないでください。

・ ケガをする恐れがあります。

走行中、歩行デッキに飛び乗ったり、飛び降りたりしないでください。また、トレーニング中に本機を動かしたり、周囲の人が使用者を押したりしないでください。

・ 事故の誘発や転倒の恐れがあります。

トレーニング中、ベルトの走行方向に対し逆方向につっぱったり、足をひきずるような歩行はしないでください。

・ ベルトに無理な力がかかり、安全装置が作動し、ベルトが急に停止する恐れがあります。

ベルト調整中はベルトに触れないでください。

・ ケガをする恐れがあります。

分解や修理、改造をおこなわないでください。

・ 発火したり、故障や事故の原因となります。

●お子様の事故やケガを防ぐために必ず守っていただきたいこと

⚠ 注意！

開梱したときにでるビニール袋で遊ばないようにしてください。

・ 窒息する恐れがあります。

⚠ 注意！

使用中、本機の周りにお子様近づけないでください。

・ ケガをする恐れがあります。

安全上のご注意３

⚠ 注意

保護者のかたは、お子様が本機で遊ばないようにご注意ください。

本機を使用しないときは、お子様がぶらさがったり、寄りかかったりしないように注意してください。

・ケガをする恐れがあります。

⚠ 注意

お子様が保護者の指導監督なしに勝手に使用しないようご注意ください。

・ケガをする恐れがあります。

●設置や移動するときに必ず守っていただきたいこと

（ テレビ等電磁波の発生する機器より 2 メートル以上離れた場所に設置してください。）

⚠ 注意

乗り降りや運動に十分なスペースを確保してください。

・事故の誘発や転倒の恐れがあります。

水平な堅い床の上に設置してください。

・転倒してケガをする恐れがあります。
・本機が沈み込み、畳、じゅうたんにベルトがすれて損傷したり、摩擦熱で発火、発煙の恐れがあります。

表示ユニットを取り付けている固定用ネジやスタンドの取り付けネジが確実に取り付けができているか、また、調整部が適切に調整されているか、必ず確認してください。

・ネジがゆるんだまま本機を使用すると、ケガをする恐れがあります。

本機の下に破れにくく、滑りにくいシートなどを敷いてください。

・本機がシートの上で滑り、転倒してケガをする恐れがあります。
・床面を傷つけたり、汚したりする恐れがあります

電源プラグや電源コードは濡れたり燃えやすい物が近くにないことを確認して使用してください。

・感電、発火の原因になります。

歩行デッキを折りたたむときや倒すときは、電源プラグを抜いてください。

・事故の誘発やケガをする恐れがあります。

⚠ 注意

設置や移動するときは、電源プラグを抜いてください。
・感電する恐れがあります。
・事故の誘発やケガをする恐れがあります。

移動時には、歩行デッキが折りたたみ止め具でしっかりと固定されていることを確認してください。
・転倒やケガの恐れがあります。

歩行デッキを折りたたむときや倒すときは必ずデッキの後をもってください。

・事故の誘発やケガをする恐れがあります。

本機を手前に傾けるときは、ハンドルの手前湾曲部を持ってください。
・歩行デッキが手前に動き指を挟んでケガをする恐れがあります。

屋外や浴室付近、湿気やホコリの多いところ、水滴などがかかる場所には設置したり保管したりないでください。
・感電する恐れがあります。
・さびが発生したり故障の原因になる恐れがあります。

ベルト面が直射日光にあたる場所や、高温の場所には設置しないでください。
・ベルト劣化の原因になります.
·カバ一等が変形することがあります。

本機は重量物であるため、無理な姿勢で持ち上げたり、支えたりしないでください。

・腰痛やケガの恐れがあります。

安全上のご注意４

●電源の取り扱いについて必ず守っていただきたいこと

⚠ 注意！

電源プラグを濡れた手で抜き差ししないでください。

・感電やケガをする恐れがあります。

⚠ 注意！

電源プラグはホコリを拭きとり、コンセントにしっかり根元まで差し込んでください。

・感電、ショート、発火の原因になります。
・使用中に電源プラグが抜けると急にベルトが停止し、ケガをする恐れがあります。

使用後は電源スイッチを切り、使用時以外は電源プラグをコンセントから抜いてください。

・事故やトラブルにつながる恐れがあります。

電源は必ず交流 100V/15A 使用してください。

・火災や感電の原因になります。

タコ足配線は、しないでください。

・火災や感電の原因になります。

⚠ 注意!

電源プラグを引き抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜いてください。

・電源コードが断線やショートして火災や感電の原因になります。

アースは確実に取り付けてください。また、ガス管や水道管には絶対にアース線を接続しないでください。アース線を接続するときは電源プラグをコンセントから抜いてください。

・静電気や故障のときの感電防止のために、アースは必ず取り付けてください。アースの取り付けは、お買い上げの販売店、電気工事店へご相談ください。(取り付け工事は有料です)

お原頁い

・本機を火気あるいは熱源の近くに保管しないでください。
・本機の表示ユニットは精密な電子部品でできています。移動するときなどに衝撃を与えたり振動の加わる場所での使用は避けてください。
(動作が不安定になったり破損する場合があります。)

・本機の使用環境温度は+10~+35℃です。
この温度範囲外での使用は避けてください。
（故障の原因になります。）

・運動中は、たばこを吸わないでください。

・歩行デッキやベルトのすきまなどに異物を入れないでください。特にお子様のいるご家庭は注意してください。（異物が入ったままで使用すると故障の原因になります。）

・本機を廃棄するときはお住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
（環境汚染の恐れがあります。）

部品リスト

1. 本 体 × 1
2. ハンドルポスト × 2
3. センターハンドルバー × 1
4. サイドハンドルバー（左右）× 各 1
5. 手すりカバー（左右）× 各 1
6. 電源コード × 1
7. 操作モニター × 1
8. フレームキャップ × 1

A 六角ボルトM8×15mm × 6

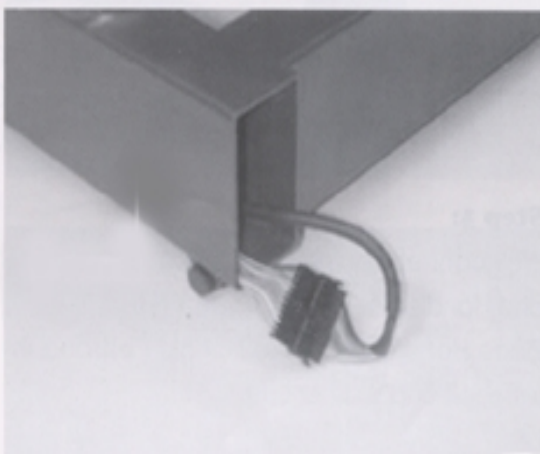
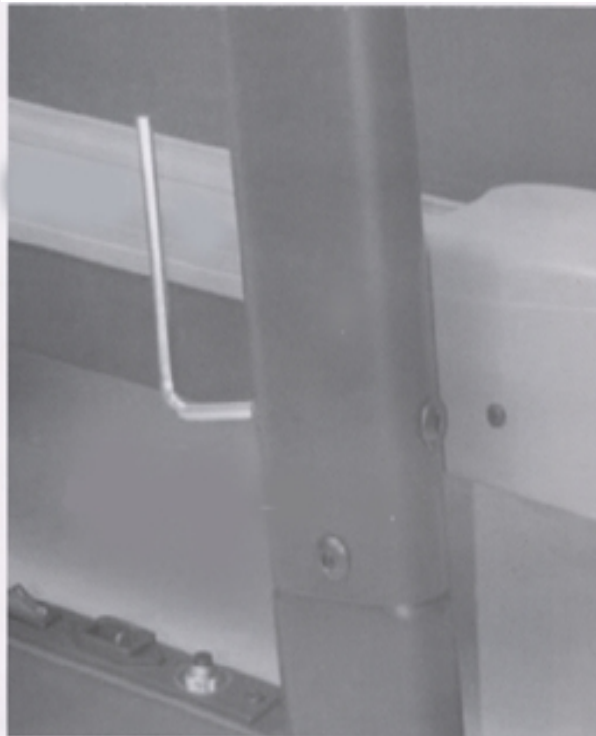
B M8×40 ボルト × 4
ワッシャー × 4

C. M8×50 ボルト × 2
ワッシャー × 2
受け金具- × 2

D M5×10 ボルト × 4

E. 工具 × 2

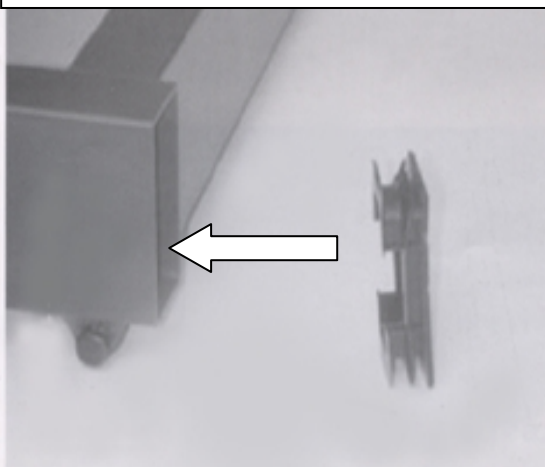
9. シリコンスプレー

組み立て方法１：ハンドルポスト組立　『重要』組立は、大人二人以上で行ってくださ

１：②のハンドルポストを、電線コードを挟まないように注意して差し込んでください。
（図右上参照）

２：電線コードをしっかり接続してください。

＊電源コードを角パイプの中に注意して入れます。

『入れる時にパイプの角に指が接触しないよう注意』
（図右参照）

３：Ⓐのボルト M8×15mm でハンドルポストを工具を使い固定してください。片方 3 本使用。
（図上参照）

4: フレームキャップを角パイプに取り付けてください。
（図左参照）

組み立て方法2：ハンドルバー取付

５：③のセンターハンドルバーを左右のハンドルポスト
に取り付けてください。

＊ ハンドルバーから出ている電線コードを
（図上部）しっかり接続してください。

＊ 電線コードを角パイプの中に注意して入れます。
『入れる時にパイプの角で指をケガしないよう注意』

６：ハンドルバーをⒷのボルトM8×70mmと
ワッシャーでハンドルポストに工具を使い固定
してください。（図参照）

７：④のサイドハンドルバーを取り付けます。

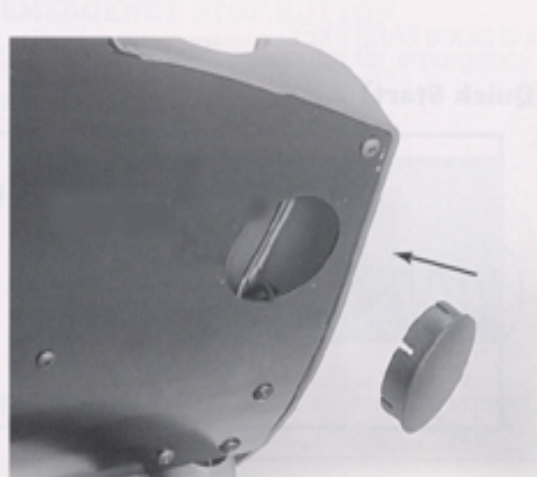
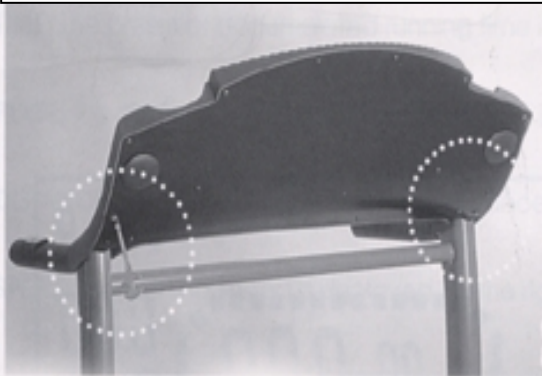
＊ サイドハンドルバーを図のように、ハンドルポストに差込み上部をⒹのボルト（M5×10mm）にて仮締めし、下部側の取付は受け金具をハンドルポスト側にしてⒸのボルト（M8×50mm）とワッシャーで固定してから上部のボルトを固定いたします。

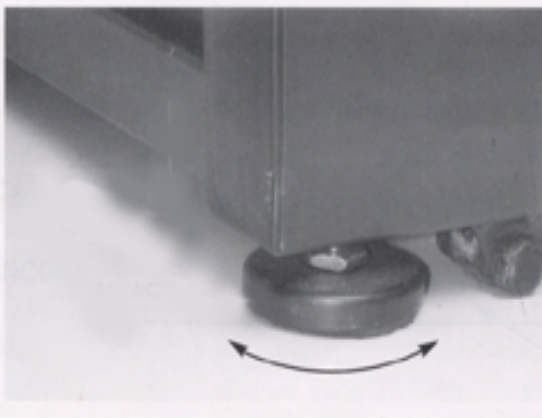
《注意》

下部ボルトを締めすぎないようにし上部ボルトと均等に締めてください。（図参照）

８：⑧のフレームキャップをかぶせます。
（図参照）

組み立て方法3:操作モニター取付

9:ハンドルポストに差込まれているコードを出してください。(右2左1本)操作モニターをハンドルポストに取り付けてください。操作モニターの裏面の丸キャップ(10を参照)を外しコードを接続します。

10:電線コードをボックスの中に注意して入れ、キャップを取り付けます。

＊　11:Ⓒのボルト M5×10mmボルト『片方1本使用』で2箇所工具を使い固定してください。
(図参照)

12:⑥の電源コードを本体に差込、コードのプラグを、コンセントに差込、電源スイッチを ON にします。

13:床が水平でなく、本体がグラグラした場合本体下のアジャスターで高さを調節して下さい。
◎これで準備完了です。

操作パネルの説明

●操作ボタンの説明

1：スタート・ストップ・・一度押すと走行ベルトが動きます。（最低速度 0.5k/h）
もう一度押すと走行ベルトが止まります。

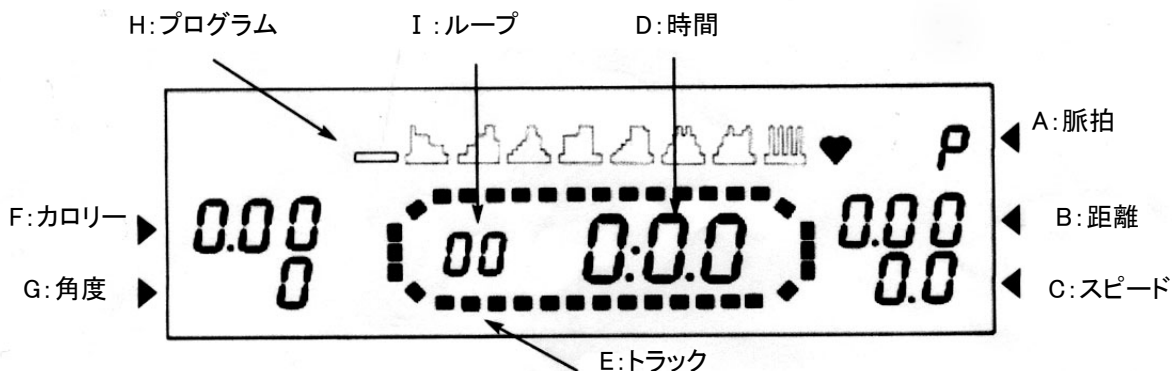
2：スピード・あがる・・走行ベルトの速度が上がります。
・さがる・・走行ベルトの速度が下がります。
＜時間・距離・カロリーの目標値を設定する時にも使います＞

3：傾斜角度・あがる・・本体の傾斜角度が上がります。
・さがる・・本体の傾斜角度が下がります。
＜時間・距離・カロリーの目標値を設定する時にも使います＞

4：プログラム・・プログラムを選択する時に押します。

5：モード・・プログラムを決定したら押します。

6：安全キー・・安全キーは緊急の場合、停止をする為のキーです。キーがセットされていないと本体の操作パネルは点灯しません。また、運動中キーが外れると走行ベルトが自動的に止まります。

◎表示の説明

A:脈拍数・・運動中の脈拍数を表示しますが、医療用の脈拍計ではありませんので
目安として利用ください。
B:距離・・走行距離を 0.01km(10 メートル)単位で表示。
C:スピード・・時速を 0.1km/h 単位で表示。(0,5～8km/h まで表示します。)
D:時間・・運動時間を秒単位で表示。
E:トラック・・一周は 400 メートル:ランプが順次点灯し、全てが点灯した場合
400m 歩いたことになります。
F:カロリー・・おおよその消費カロリーを表示。
G:傾斜角度(段数)・・30 段数 30%(約 17 度)
H:プログラム・・プログラムメニューを棒グラフで表示
I:ループ・・400mトラックの周回数を表示、ランプ内に1の数値が表示します。
2 周したら2の数値を表示します。

● **非常停止キー(右側楕円)＊非常停止キーを所定の場所に取り付けてないと動きません。**

＊ トレーニング中に誤って転倒したり、ベルトから落ちた時のケガを防ぐため、
非常停止キーがはずれると、ベルトの回転が止まります。

● EMERG　STOP ボタン(左側楕円形)＊緊急停止機能・設定ゼロ機能

◎プログラム表・・入力してあるプログラムの動き。

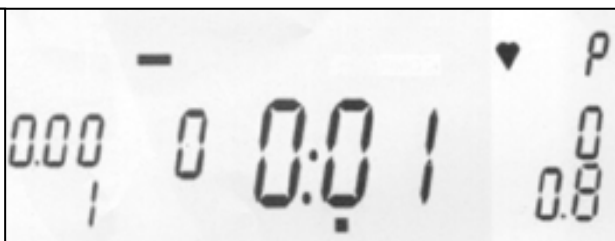
＊ P1～P4 はスピード変化。P5～P8 は傾斜角度変化。

＊ 各プログラムには、3 種類のレベル『難易度』と、10 段階の変化が組み込まれております。

トレーニングの方法

簡単操作の方法とプログラム操作方法は操作パネル左上部に記載してあります。

１：電源コードを本体右下に差込み、コードのプラグをコンセントに差込みます。
本体右下の電源スイッチをONにし非常停止キーを所定の場所に取り付けてください。

２：スタートボタンを押す。５秒後に走行ベルトが始動します。走行ベルトの上に乗り、スピードのあがるボタン・角度あがるボタンを押し、自分にあったスピード及び角度で運動してください。

3：時間：距離：カロリーのいずれか１項目設定できます。
***設定数値が０ゼロになったら走行ベルトは、止まります。**

３:目標設定いずれか１つ設定できます。

●時間設定（８～99分）＊距離設定（１～99km）＊カロリー設定（１～500ｷﾛｶﾛﾘｰ）

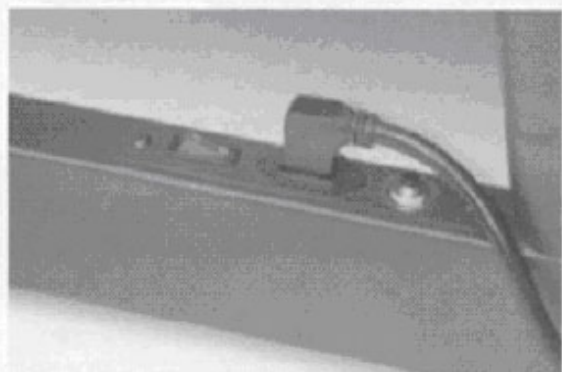
＊　距離設定（1～99km）・・モードボタンを1回押して『距離』部を点滅させ、
スピードボタンのあがる･さがるボタンで設定。

＊　カロリー設定（１～50ｷﾛｶﾛﾘｰ）・・モードボタンを2回押して『カロリー』部を点滅させ、
スピードボタンのあがる･さがるボタンで設定。

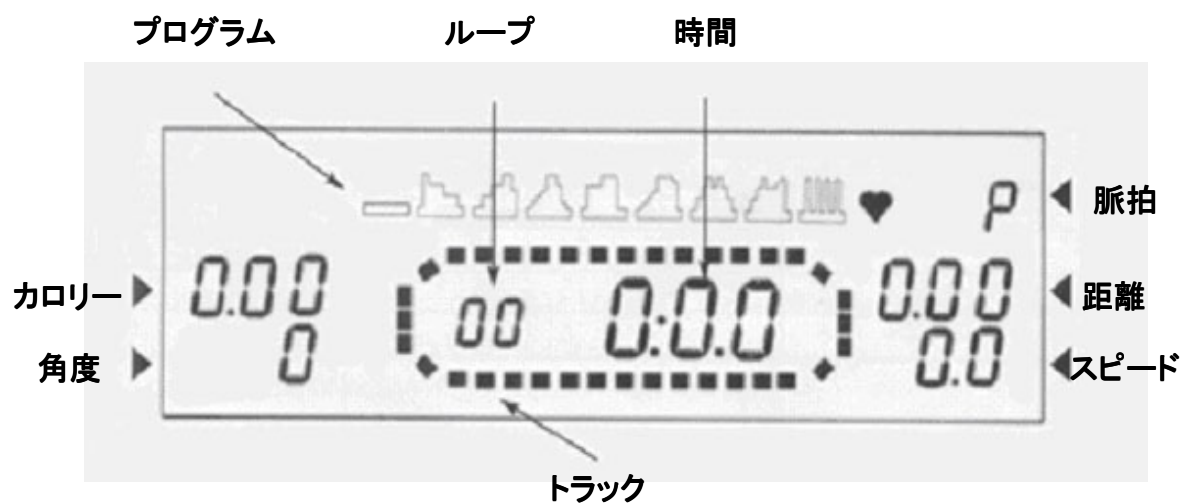
＊　時間設定（8～99分）・・モードボタンをで『時間』部を点滅させ、
スピードボタンのあがる･さがるボタンで設定。

◎スタートボタンを押して始動させる。自分にあつたスピード及び角度で運動してください。

◎プログラム操作方法は操作パネル左上部に記載してあります

コンピューター機能の説明

＊ 電源スイッチ（オン・オフ）：図左
＊ 電源コード：図中
＊ ブレーカー：図右

＊緊急ストップキー

●右側の安全キーを外すか左側のキーを押すと走行ベルトが停まります。

時間　　：運動時間を表示します。

脈拍　　：脈拍を表示します。

距離　　：距離を表示します。0.01＝10m

スピード：走行スピードを表示します。

カロリー：おおよその消費カロリーを表示します。

角度　　：本体の角度を表示します。

ループ　：400mトラックの周回数を表示します。

プログラム：角度を表で表しています。

トラック　：1 週 400mを 36 個のランプで表示しています。

コンピューター機能の説明

プログラム機能と種類

このコンピューターには 8 種類のプログラムと各プログラムの難易度が 3 種類選べられるようになっております。プログラムは 10 分割されてスピードもしくは角度が自動で変わるように設定されております。
プログラム 1･2･3･4 はスピードが自動で変化します。またプログラム 5･6･7･8 は角度が自動で変わるようになっております。

スピードが変わるプログラムの紹介

プログラム	P1			P2			P3			P4		
レベル	L1	L2	L3	L1	L2	L3	L1	L2	L3	L1	L2	L3
Interval 0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0
Interval 1	6.0	7.0	8.0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0
Interval 2	5.0	6.0	7.0	4.0	5.0	6.0	5.0	6.0	7.0	6.0	7.0	8.0
Interval 3	5.0	6.0	7.0	4.0	5.0	6.0	6.0	7.0	8.0	6.0	7.0	8.0
Interval 4	5.0	6.0	7.0	5.0	6.0	7.0	7.0	8.0	9.0	8.0	8.0	8.0
Interval 5	5.0	6.0	7.0	5.0	6.0	7.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0
Interval 6	4.0	5.0	6.0	5.0	6.0	7.0	6.0	7.0	8.0	8.0	8.0	8.0
Interval 7	4.0	5.0	6.0	6.0	7.0	8.0	4.0	5.0	6.0	3.0	4.0	5.0
Interval 8	4.0	5.0	6.0	6.0	7.0	8.0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0
Interval 9	3.0	4.0	5.0	4.0	5.0	6.0	3.0	4.0	5.0	3.0	4.0	5.0

角度が変わるプログラムの紹介

プログラム	P5			P6			P7			P8		
レベル	L1	L2	L3	L1	L2	L3	L1	L2	L3	L1	L2	L3
Interval 0	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6
Interval 1	9	12	15	12	15	18	12	15	18	15	21	27
Interval 2	12	15	18	18	21	24	18	21	24	2	4	6
Interval 3	15	18	21	21	24	27	24	27	30	15	21	27
Interval 4	18	21	24	18	21	24	18	21	24	2	4	6
Interval 5	18	21	24	18	21	24	18	21	24	2	21	27
Interval 6	18	21	24	21	24	27	18	21	24	15	4	6
Interval 7	15	18	21	18	21	24	21	24	27	2	4	6
Interval 8	15	18	21	12	15	18	24	27	30	15	21	27
Interval 9	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6

プログラム（P1～P8）及び難易度（L1～L3）とは？
コンピューターには前もって 8 種類のプログラムを各プログラムに対して 3 種類の難易度を組み込んでいます。L1：やさしい　L2：普通　L3：きつい

各プログラムは 10 種類のセッションに分かれています。プログラム1，2，3，4はスピードの変化、プログラム5，6，7，8は傾斜角度の変化のプログラムです。

マニュアルモード･プログラムモードの使い方

マニュアル設定はどんなときに？

A.
時間･距離、またはカロリー等が前もって設定されていない場合は時間が 99:59 になったときに自動でベルトが停止します。

B.
時間･距離･カロリーのいずれかがすでに設定されている場合はベルト始動回転と同時にカウントダウンが始まりカウントが‘0’に達するとベルトは止まります。

プログラム設定はどんなときに？

A.
プログラムの設定が行われていない場合 00:00 の表示から始動しプログラムの基本設定の区切りの 3 分間回転しその後、次のセッションに移行します。移行する前にビープ音で教えてくれます。時間が 99:59 に達するとベルトは自動で停止します。

B.
時間をすでに設定している場合はベルトが動き始めると同時にカウントダウンされていきます。
各セッションの時間は設定時間の 10 分の 1 になります。
(例)設定が 48 秒になります。8×60/10＝48 秒

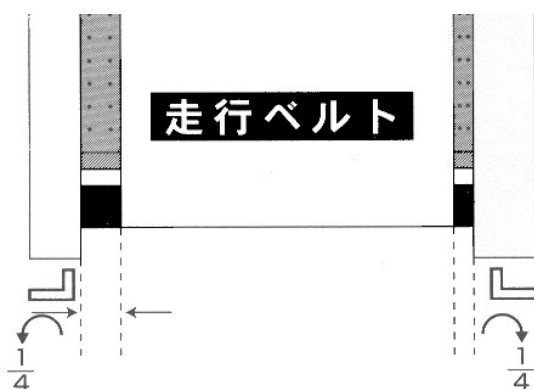
電源を入れたままモーターを始動させずに 10 分間経過すると自動的にコンピューターの電源がきれます。

走行ベルト調整方法

走行ベルトの張りは、製造工程で適切に調整して出荷していますが、輸送中や平らでない場所での使用、また使用者の歩き方によってずれたり、長期間の使用によってのびたりすることが洗います。エクササイズの前には必ずベルトの走行状態を確認し、もし左右のずれやのびがあれば以下の手順にそって走行ベルトの調整を実施してください。

《ベルトが左右どちらかにずれている場合》

1 約 2~3km の速度で調整してください。
(初めは乗らないでください。)

2 走行ベルトが中央部分にもどり、約 30 秒間その状態が続いていればベルトのかたより調節は必要ありません。もしベルトが左右ずれたままの場合は、すぐに適切な調節をおこなってください。

3 ベルトが右側にかたよっている場合は、付属の六角レンチを使って、右側の後部ローラーの調整ボルトを、右回し（時計回り）に 1/4 回転、左側を左回し（反時計回り）に 1/4 回転させてください。

⚠ 注意

⊘ 一度に 1/4 回転より大きくレンチを回さないでください。

ベルトが左側にかたよっている場合は、逆に左の後部ローラーの調整ボルトを、右回し（時計回り）に 1/4 回転、右側を左回し（反時計回り）に 1/4 回転させてください。

4 調節した後 15 秒位いでベルトが中心の位置にならない場合、3 番の手順を繰り返ししてください。

《走行ベルトがすべる（スリップする）場合》

1 走行板及び走行ベルト裏のよごれをよく拭き取って、走行板中央部にシリコンを噴霧をしてください。

2 付属の六角レンチを使って、左右両側の後部ローラーの調整ボルトを、右回し(時計回り)1/4 回転ずつまわしベルトを均等に張ってください。

3 再び乗って走行してベルトの張り具合をチェックしてみてください。そして前項の 1~4 の左右の位置の調整をおこなってください。

4 モーターＶベルトの調節
走行ベルトを調節しても、走行ベルトがすべるようでしたら、モーターのＶベルトのゆるみが考えられます。
モーターカバーを開けて、モーターを取り付けてあるボルト、ナットをゆるめ、モーターを少し移動して、Ｖベルトの張り調節してください。（モーター取り付けボルト、ナットはしっかり締めてください。）

⚠ 注意

⊘ 過度に走行ベルトを張りすぎないでください。ベルトの破損や前後ローラーのベアリングをいためる原因になります。走行ベルトの張り具合はベルトの中央部を（左右）持ち上げて 5~7cm が目安です。歩き方に個人差がありますので微調整をお願いします。

❗ 走行ベルトは消耗品となりますので必ず適切な調整をおこなってください。

⚠ 警告 修理、清掃をする前に必ず電源コンセントを抜いてください。

《お手入れ》

走行板や走行ベルトが汚れると、摩擦が増大して本来の性能を維持できなくなりますので、定期的に清掃を行ってください。

（イ）走行板 ― やわらかい乾いた布で走行板の上･走行ベルトの裏のホコリやシリコンのカスを拭きとってください。その後シリコンを板中央部に噴霧してください。

重 要

（ロ）本体やフレームの汚れは布に石鹸水を含ませ、よく絞って拭き取り、そのあと乾いた布でよく拭き取ってください。シンナー、ベンジン、ガソリン、磨き粉などで拭かないでください。内部が故障したり、プラスチックや金属部分の変質、ひび割れなどの原因になります。とくに金属部分についた汗は乾いた布でよく拭き取ってください。サビが出たり塗装がはがれる原因となります。

（ハ）モーターカバー内のホコリも 2～3 ヶ月に 1 度モーターカバーをプラスのドライバーで開けで、モーターや IC 基盤に付いたホコリを掃除機で取ってください。（基盤の配線の接続ゆるみがないか確認してください。：指で配線を押えてください）

走行板の潤滑方法

● **歩行面の潤滑**

本製品は工場出荷時、走行面に潤滑剤が噴霧されております。
しかし、ご使用されるにつれ走行板表面･走行ベルト裏が乾燥又は汚れてくると摩擦が増大して本来の性能を維持できなくなりますので定期的に、清掃と潤滑剤の噴霧が必要になります。
季節･ご使用頻度･お部屋の環境･温度･湿度･ご使用者の体重･蹴り方等によって異なりますのでご使用条件に合わせて清掃及び潤滑剤の噴霧をお願い致します。

● **歩行面の清掃と潤滑剤（シリコンスプレー）の噴霧方法**

走行ベルトを持ち上げ板の表面とベルトの裏側をきれいに拭いてください。
◇拭き取りにくい場合は走行ベルトを弛めてください。ベルトの張り調整方法参照
走行ベルトの端を持ち上げ潤滑剤を走行板表面に（歩行する位置全体･できるだけ中央部奥の方）左右両側から噴霧してください。
．１箇所の噴霧時間は 4～5 秒ぐらいが適当ですが、乾燥の度合いにより量を調整してください。

潤滑剤（シリコン）の噴霧目安

◇ ご使用後に走行板表面（中央部）を手で触れてみてどの程度乾燥しているかを確認する。
　はじめの１週間毎日確認していただき目安の噴霧日数を決める。

標準の噴霧目安（家庭にて使用の場合）１週間以上使用しない場合使用前に必ず噴霧してください。

A　毎日 5～30 分ご使用の場合 …………………… 4～5 日使用前に噴霧する。
B　毎日 30 分以上ご使用の場合 ………………… 2～3 日使用前に噴霧する。
C　毎日 60 分以上ご使用の場合 ………………… 毎回使用前に噴霧する。

注 意

潤滑剤を多量に噴霧するとマシンの機能にかえって悪影響を与えます。粘りつくほど噴霧しないでください。粘りついた場合はペーパータオル等で拭きとってください。

◇ 潤滑剤（シリコンスプレー）がなくなった場合はお近くのホームセンター等でお求めください。
<ミシン･編機の道糸記入の物。>

× ＫＵＲＥ556･ＣＲＣ等はべとついて、ゴミが付着しやすいため、かえって滑りを悪くしますのでご使用しないでください。

モーターカバー内の電気部品及び金属部分に水滴等が付着しないようにしてください。

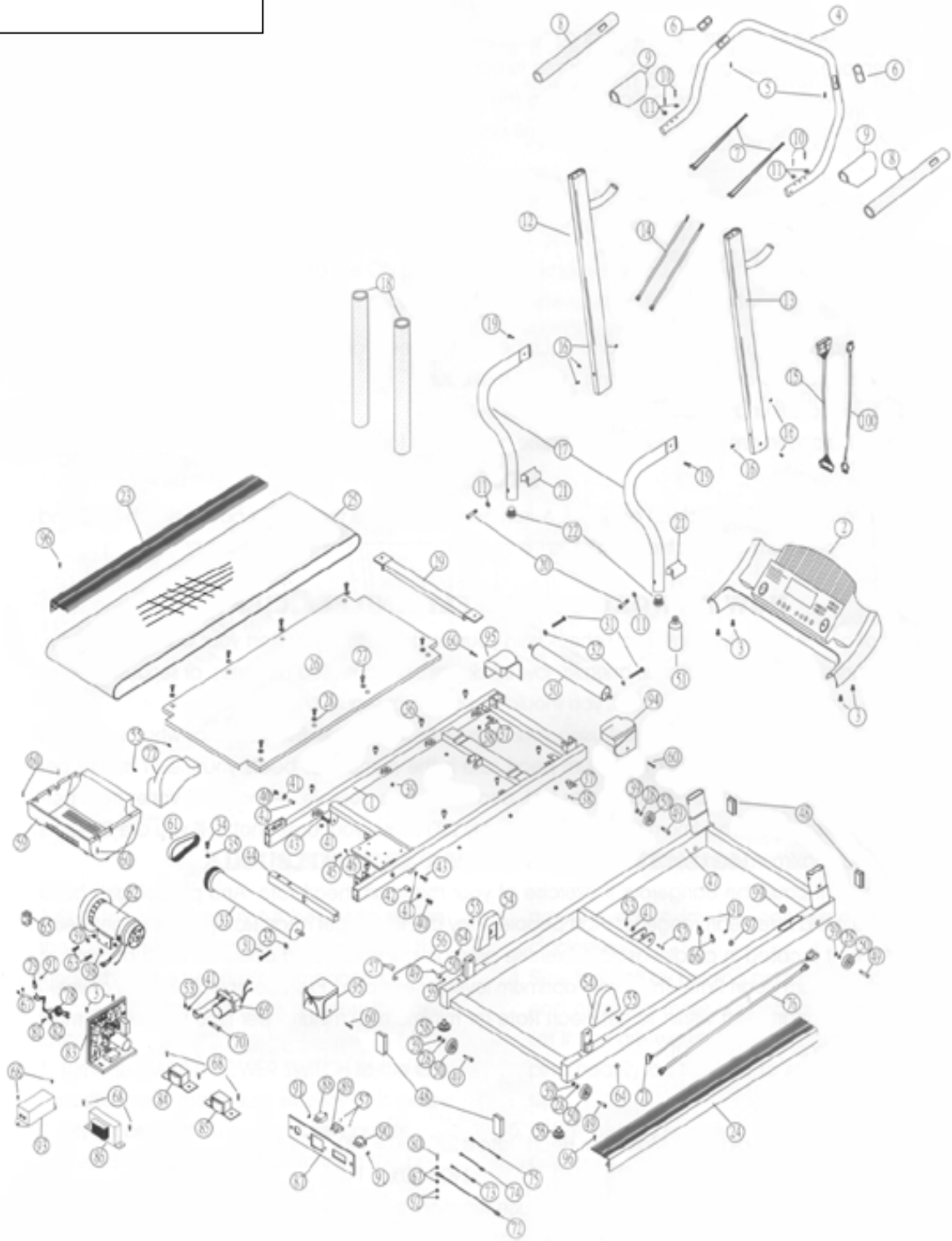
★ 整備をしていただくことにより製品の寿命も長くなります。

おかしいな？と思ったら

こんなとき	考えられる原因	直しかた
• 電源スイッチを入れても表示ユニットに何も表示しない。	• 電源プラグがコンセントにしっかりと接続されていない。 安全キーがはずれている。	•電源プラグをコンセントにしっかりと接続してください。
	• ブレーカーが切れている • ヒューズが切れている	•ブレーカーのボタンを押してください。 •ヒューズ交換
• トレーニングスタスタート時、終了時にベルトが鳴る。	• ベルトと足、もしくはベルトと歩行デ走行デッキの間で発生する「ギュッ」という音がする。	• 故障ではありません ベルトのすべりを良くし、ベルトの寿命を延ばすために歩行デッキにシリコンオイルを塗布しており、その摩擦音です。
• スタートするとラジオなどに雑音が入る。	• モーターなどから発生する電気的なノイズの影響を受ける。	• 電源プラグを本機とは異なるコンセントに接続してください。 • また､ラジオなどの機器を本機から遠ざけてください。
脈拍数が表示されない	1. センサー電極部が皮膚とよく接触していない。 2. 電磁干渉	1 手の皮膚の接触する部分を霧吹きなどで湿らせる。 2. トレッドミルから2m 以内のテレビ、マイクロウェーブ、またはコンピュータの電源を切る。
表示部に E1 と表示される	前ローラーからのシグナルが出ていない	1. 前ローラーに付いているマグネットがセンサーと離れている。 2. センサーからの配線の断線 3. モーター基盤からモニターへの配線の断線
表示部に E6 と表示される	モーターが正常に作動していない。	販売店にお問合せ下さい。

• **走行ベルトの寿命について**

:走行ベルトは消耗品です。
ご使用になるうちに徐々にベルトの裏面などが消耗(劣化)します。
消耗するとベルトと歩行デッキの摩擦が大きくなり、モーターにかかる負荷が増えて、安全装置が作動しやすくなりベルトが停止します。そのような場合には、ベルトのお取り替え(有償)をおすすめします。ご用命はご購入店もしくは、までご連絡ください。お取替えはそれほど難しくありません。
出張修理となりますと、交換部品代のほかに作業技術料、交通費など諸費用が必要です。

部品展開図

本 体 仕 様

項目	内容
名称	ヘルスジョガー　マウンテン
形式	ＨＪ－８８１０
電源	AC100V. 15A 50/60Hz.
傾斜角度	0～約 30%（約 17 度）
設定速度	約 0.5～約 8k/h（0.1 ｷﾛ単位）
時間	カウントアップ：0 分 00 秒～99 分 59 秒 カウントダウン：99 分 00 秒～0 分 00 秒
距離	積算表示：0.00 ～ 99.99Km 減算表示：99.9Km ～ 0.00Km
消費カロリー	積算表示：0 ～ 999kcal 減算表示：990 kcal～0 kcal
緊急停止用安全キー	マグネットスイッチ
走行面寸法	幅 43.5×長 110cm
本体寸法	幅 75×長 134×高 160cm
質量	約 73kg
最大使用体重	100kg まで
使用モータ	DC モーター　2.0 馬力
収納	不可
連続使用時間	60 分以内
付属品	六角レンチ、レンチ、安全キー、シリコン缶、取扱説明書(品質保証書付き)
原産国	台　湾

保証規定（家庭用）

1.) 取扱説明書にしたがって正常な使用状態で、お買い上げ後１年以内に故障した場合には無償部品交換いたします。
2.) 保証期間内に故障して修理を受ける場合は、商品に本書を添えてご購入店または(株)中旺ヘルスへ依頼または送付してください。
3.) 保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
  (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
  (ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
  (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧による故障および損害。
  (ニ) 本書の提示がない場合。
  (ホ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
  (ヘ) 消耗品(ベルト)。
  (ト) 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
  (チ) 車両や船舶等に設置された場合に起因する故障および損傷。
  (リ) 営業、業務用に使用した場合による故障および損傷。
4.) 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
5.) この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

品　質　保　証　書

このたびは、中旺ヘルス健康機器を、お買い求めいただきありがとうございました。本機は厳重な検査を行い高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は部品交換いたします。

※本機の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいてください。

品 名： ヘルス ジョガーマウンテン

形 式： ＨＪ-8810

ご芳名：

ご住所：

Tel.　　　(　　　)

お買い上げ店名：

㊞

住所：

Tel.　　　(　　　)

お買い上げ年月日：　年　月　日

シリアル No.

中旺ヘルス製品についてのお問い合わせ ・ ご相談は「中旺ヘルスお客様相談センター」

本社：〒452-0011 愛知県西春日井郡西枇杷島町城並 3 丁目 2-2
E-mail : hj@jp-chuoh.com
URL : www.jp-chuoh.com
TEL : (052)501-2577
FAX : (052)501-2588
東京営業所：TEL : (03)3835-4399